

Radiah-

সালাফদের কোনো একজনকে জিজ্ঞেস করা হয়েছিলো, "আপনি কেমন আছেন? আপনার দ্বীনদারিতা কেমন যাচ্ছে?” উত্তরে তিনি বললেন, "আমার অবস্থা এমন কাপড়ের মতো যা গুনাহ এর কারনে টুকরো টুকরো হতে থাকে আর আমি ইস্তিগফারের সেলাই দিয়ে তা জোড়া লাগাতে থাকি।"

■ইস্তিগফার কি?

সহজ ভাষায় ইস্তিগফার হলো আল্লাহর কাছে ক্ষমা চাওয়া। ইসলামী শরিয়তের পরিভাষায় ইস্তিগফার হলো দু'আ, তাওবা ইত্যাদির মাধ্যমে আল্লাহর কাছে ক্ষমা প্রার্থনা করা।

■ইস্তিগফার করার উপযুক্ত সময় কখন?

وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَن يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ
وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَىٰ مَا فَعَلُوا
وَهُمْ يَعْلَمُونَ

"আর যারা কোনো অশ্লীল কাজ করে ফেলে কিংবা নিজদের প্রতি যুলম করে বসল এবং (পরক্ষনেই) আল্লাহকে স্মরণ করে, অতঃপর তাদের গুনাহের জন্য ক্ষমা চায়। আর আল্লাহ ছাড়া কে গুনাহ ক্ষমা করবে ? আর তারা যা করেছে, জেনে শুনে তা তারা বার বার করে না।" [সূরা আল ইমরান, ১৩৫]

শয়তান নিজে পথভ্রষ্ট, তাই সে সর্বদা মানুষকে কুমন্ত্রণা দিতে থাকে, পাপের দিকে আহবান করে। আমরা নিজের অজান্তেও কখন যে তার আহবানে সাড়া দিয়ে ফেলি, তা নিজেরাও বুঝি না! তাই আমাদের উচিত সর্বদা ইস্তিগফারের সাথে আঠার মতো লেগে থাকে। বুঝতে হবে, আমার রব যখন আমাকে ইস্তিগফারের কথা স্মরন করিয়ে দিচ্ছেন, তার মানে এই যে তিনি আমাকে ক্ষমা করতে চান। অন্তত 'আস্তাগফিরুল্লাহ' বললেও ইস্তিগফার করা হয়। তাছাড়া বিশেষ কিছু মুহূর্ত রয়েছে ইস্তিগফারের জন্য।

☑ শেষরাতে ফজরের পূর্বে ইস্তিগফার অনেক ফযিলতপূর্ণ।

মহান আল্লাহ তা'আলা সে সব বান্দাদের প্রশংসা করে বলেছেন,

الصَّابِرِينَ وَالصَّادِقِينَ وَالْقَانِتِينَ وَالْمُنفِقِينَ وَالْمُسْتَغْفِرِينَ
بِالْأَسْحَارِ

"যারা ধৈর্যশীল, সত্যবাদী, আনুগত্যশীল ও ব্যয়কারী এবং শেষ রাতে ক্ষমাপ্রার্থনাকারী।"- [সূরা আল ইমরান,১৭]

রাসুলুল্লাহ সাঃ বলেছেন, "আল্লাহ তা'আলা রাতের এক তৃতীয়াংশ বা অর্ধাংশ চলে যাবার পর দুনিয়ার আকাশে নেমে এসে ঘোষণা দিতে থাকেন, আছো কি কোন প্রার্থনাকারী? আমি তাকে দান করবো; আছো কি কোন ক্ষমা প্রার্থনাকারী? আমি তাকে ক্ষমা করে দেব; আছো কি কোন তাওবাকারী? আমি তার তাওবা গ্রহণ করেবা; আছো কি কোন দু'আকারী? আমি তার দু'আর জবাব দেব।'' (মুসনাদে আহমাদঃ৯৫৯১, বুখারী-মুসলিমের শর্তানুযায়ী সহীহ)

যেকোনো সময়েই ইস্তিগফার করা যায়। কিন্তু এই সময়টার ব্যাপারে আল্লাহ কুরআনে বিশেষভাবে উৎসাহিত করেছেন। এটা করে আপনি তাদের অন্তর্ভুক্ত হয়ে যেতে পারেন, যাদের প্রশংসা আল্লাহ কুরআনে করেছেন। এই আমলটি শুরু করুন, ইনশাআল্লাহ এর মাধ্যমে আল্লাহর ক্ষমা পেয়ে যাবেন।

☑ ওযু করার পর ইস্তিগফার করা সুন্নাহ। নবী (সা.) বলেছেন,

مَنْ تَوَضَّأَ فَقَالَ سُبْحَانَكَ اَللهم وَبِحَمْدِكَ اَشْهَدُ اَنْ لَّا إِلَهَ اِلَّا أَنْتَ اَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوْبُ إِلَيْكَ كُتِبَ فِىْ رِقٍّ ثُمَّ طُبِعَ بِطَابِعٍ فَلَمْ يُكْسَرُ إِلٰى يَوْمِ الْقِيَامَةِ

‘‘যে ব্যক্তি ওযূর পর (নিম্নের জিকির) বলে, তার জন্য তা একটি পাতায় লিপিবদ্ধ করা হয়। অতঃপর তা সীল করে দেয়া হয়, যা কিয়ামাত দিবস পর্যন্ত ভঙ্গ করা হয় না।’’

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ أَشْهَدُ أَنْ لَّا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ

উচ্চারণ : সুবহা-নাকা আল্লা-হুম্মা ওয়া বিহামদিকা আশহাদু আল্লা- ইলা-হা ইল্লা- আনতা আস্তাগফিরুকা ওয়া আতূবু ইলাইকা।

অর্থ : তোমার প্রশংসা ও পবিত্রতা ঘোষণা করছি হে আল্লাহ! আমি সাক্ষ্য দিচ্ছি যে, তুমিই একমাত্র সত্য ইলাহ। আমি তোমার নিকট ক্ষমা প্রার্থনা করছি ও তোমার দিকে প্রত্যাবর্তন (তাওবাহ্) করছি। (আস সুনান আল কুবরাঃ৯৯০৯; আল মু'জামুল আওসাতঃ১৪৫৫; সহীহুত তারগীবঃ২৫৫, হাদিসটি সহিহ।)

☑ পাপ হয়ে যাওয়ার কয়েক ঘণ্টার মধ্যেই কেউ যদি কৃত পাপের জন্য লজ্জিত হয়ে আল্লাহর কাছে ক্ষমা চায় তাহলে ফেরেশতারা ঐ পাপ লেখেন না, বরং ছেড়ে দেন। রাসূলুল্লাহ (সা.) বলেছেন :

إنّ صاحِبَ الشِّمالِ لَيَرْفَعُ القَلَمَ سِتَّ ساعات عنِ العَبْدِ المُسْلِمِ المخْطِىءِ فإنْ نَدِمَ واسْتَغْفَرَ الله مِنْها ألقاها وَإلَّا كُتِبَت وَاحِدَةً

‘‘কোন গুনাহগার মুসলিম বান্দা কোন গুনাহ করে ফেলার পর ডান কাঁধের ফেরেশতা ছয় ঘণ্টা গুনাহ লেখা থেকে কলম উঠিয়ে রাখে (অর্থাৎ গুনাহ লেখে না)। যদি সে অনুতপ্ত হয়ে আল্লাহর কাছে গুনাহ থেকে ক্ষমা চায় তাহলে ফেরেশতা গুনাহটি না লিখে ছুঁড়ে ফেলে দেন, অন্যথায় একটি গুনাহ লেখা হয়।’’ (সহীহ আল জামি‘ : ২০৯৭, হাদীসটি সহীহ; সিলসিলাহ সহীহাহ্ : ১২০৯।)

☑ ফরয সলাতের সালাম ফেরানোর পর তিনবার ‘‘আস্তাগফিরুল্লাহ’’ (অর্থাৎ আমি আল্লাহর নিকট ক্ষমা প্রার্থনা করছি) বলা সুন্নাহ। হাদীসে এসেছে, সাওবান হতে বর্ণিত, তিনি বলেন,

كَانَ رَسُولُ اللهِ ﷺ إِذَا انْصَرَفَ مِنْ صَلَاتِهِ اسْتَغْفَرَ ثَلَاثً

রাসূলুল্লাহ (সা.) যখন সলাত শেষ করতেন তখন তিনবার ইস্তিগফার বা ক্ষমা প্রার্থনা করতেন। এই হাদীসের একজন বর্ণনাকারী আল ওয়ালীদ তার শিক্ষক আল আওযা‘ঈ রহিমাহুল্লাহ কে জিজ্ঞেস করলেন, কীভাবে ইস্তিগফার করতে হয়? তিনি বললেন, ‘‘আস্তাগফিরুল্লাহ’’ বলা।(সহীহ মুসলিম : ১৩৬২।)

আমাদের প্রিয় রাসূল (সাঃ) তার উম্মতদেরকে বেশি বেশি ইস্তেগফার করতে বলেছেন। ইস্তেগফারের গুরুত্ব বোঝাতে গিয়ে রাসূল (সাঃ) বলেছেন, “আল্লাহর কসম! আমি প্রতিদিন সত্তরবারের চেয়েও অধিক আল্লাহর ইস্তেগফার করি ও তওবা করি। [বুখারী:৬৩০৭]

☑ হাজ্জের সময় ইস্তিগফারের আদেশ দিয়ে মহান আল্লাহ বলেছেন :

ثُمَّ أَفِيضُوا مِنْ حَيْثُ أَفَاضَ النَّاسُ وَاسْتَغْفِرُوا اللهَ إِنَّ اللهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ

‘‘অতঃপর তোমরা প্রত্যাবর্তন কর, যেখান থেকে মানুষেরা প্রত্যাবর্তন করে এবং আল্লাহর কাছে ক্ষমা চাও। নিশ্চয় আল্লাহ ক্ষমাশীল, পরম দয়ালু।’’ -[সূরা আল বাক্বারাহ্ ০২ : ১৯৯।]

☑ বৈঠক শেষে ইস্তিগফার করা সুন্নাহ। নবী (সা.) বলেছেন,

مَنْ جَلَسَ فِي مَجْلِسٍ فَكَثُرَ فِيهِ لَغَطُه فَقَالَ قَبْلَ أَنْ يَقُومَ مِنْ مَجْلِسِه ذٰلِكَ سُبْحَانَكَ اللّٰهُمَّ وَبِحَمْدِكَ أَشْهَدُ أَنْ لَّا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ إِلَّا غُفِرَ لَه مَا كَانَ فِي مَجْلِسِه ذٰلِكَ

‘‘যে ব্যক্তি এমন সভায় বসে, যাতে খুব বেশি কথা-বার্তা হয় (ভুলের সম্ভাবনা তৈরি হয়), অতঃপর যদি উক্ত সভা ত্যাগ করে চলে যাওয়ার আগে এই দু‘আ পড়ে,

سُبْحَانَكَ اللّٰهُمَّ وَبِحَمْدِكَ أَشْهَدُ أَنْ لَّا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ

উচ্চারণ : সুবহা-নাকা আল্লা-হুম্মা ওয়া বিহামদিকা আশহাদু আল্লা- ইলা-হা ইল্লা- আনতা আস্তাগফিরুকা ওয়া আতূবু ইলাইকা।

অর্থ : হে আল্লাহ! তোমার প্রশংসার সাথে তোমার পবিত্রতা বর্ণনা করছি। আমি সাক্ষ্য দিচ্ছি যে, তুমি ছাড়া কোন সত্য ইলাহ নেই। আমি তোমার নিকট ক্ষমা প্রার্থনা করছি এবং তোমার দিকে তাওবাহ্ (প্রত্যাবর্তন) করছি।

তাহলে উক্ত মজলিসে কৃত অপরাধ তার জন্য ক্ষমা করে দেয়া হবে।’’(জামি‘ আত্ তিরমিযী : ৩৪৩৩, হাদীসটি হাসান সহীহ।)

ইস্তিগফার সব সময়ই করা যায়, কিন্তু গুনাহ এর পর ইস্তিগফার করা ওয়াজিব এবং নেক আমল করার পর ইস্তিগফার করা মুস্তাহাব। ইস্তিগফার বান্দাকে আল্লাহর নিকটবর্তী করে। আপনি গুনাহ করতে করতে ক্লান্ত, আপনার গুনাহ আপনার রাতকে ভৌতিক করে, অন্তরকে নিঃসঙ্গতার ব্যাথায় নীল পাংশুটে করে দেয়। কিন্তু আপনার রব কি বলে জানেন?

اَفَلَا یَتُوۡبُوۡنَ اِلَی اللّٰہِ وَ یَسۡتَغۡفِرُوۡنَہٗ ؕ وَ اللّٰہُ غَفُوۡرٌ رَّحِیۡمٌ

"সুতরাং তারা কি আল্লাহর নিকট তাওবা করবে না এবং তাঁর নিকট ক্ষমা চাইবে না? আর আল্লাহ ক্ষমাশীল, পরম দয়ালু।"।-(সূরা মায়িদাহ,৭৪)

→ইস্তিগফার নিয়ে পাচঁটি ধারাবাহিক পর্বে আলোচনা করা হবে। লাইক দিয়ে পাশে থাকুন ও আপনার আত্মীয়দের মেনশন করুন, যাতে তারাও আল্লাহর এই বারাকাত সম্পর্কে ওয়াকিফ হয়। →আল্লাহু লেখিকাকে উত্তম প্রতিদান দান করুন।

আমাদের প্রত্যেকের জীবনেই আছে কিছু সীমাবদ্ধতা, হতাশা ও না পাবার বেদনা, আছে নিঃসঙ্গতার বেড়াজালে আবদ্ধ হৃদয়। ইস্তিগফার দ্বারা আর্ত হৃদয়ে মুষলধারে রাহমাতের বর্ষণ দান করেন আমাদের রব্বুল আ'লামিন। কখনোই আল্লাহর রাহমাত হতে নিরাশ হতে নেই। সর্বদা ইস্তিগফারের মাধ্যমে তার কাছে ক্ষমা চাইতে হবে, আমরা তার করুনার ভিখারি। গুনাহ করতে করতে আমরা ভাবি আল্লাহ কি আমাদের এতো এতো পাপ ক্ষমা করবেন? আর এই ভাবনার মূলই হলো শয়তানের প্ররোচনা।

শয়তানকে আমরা তিনবার সফল করি :

1প্রথমবার গুনাহ করে;

2দ্বিতীয়বার হতাশ হয়ে;

3তৃতীয়বার ইস্তিগফার ও তাওবাহ্ না করে গুনাহ করতে থেকে।

-শাহাদাৎ হুসাইন খান ফয়সাল।

তাওবা ও ইস্তেগফার বা ক্ষমা প্রার্থনা করার জন্য অনেক দু'আ আছে। হাদিস বর্ণিত কিছু সহিহ দু'আ দেওয়া হলো। আরবি উচ্চারণ দেখে পড়বেন।

■ দু'আঃ ০১

মূল আরবীঃ أَستَغْفِرُ اللهَ

উচ্চারণঃ আস্তাগফিরুল্লা-হ্।

অনুবাদঃ আমি আল্লাহর ক্ষমা প্রার্থনা করছি।

"রাসুল (সা.) সালাত শেষে তিনবার আস্তাগফিরুল্লাহ বলতেন।" -(মুসনাদে আহমাদ-২২৪০৮, তিরমিজি-৩০০)

অন্য বর্ণনায়, ”প্রতি ওয়াক্তের ফরয সালাতে সালাম ফিরানোর পর রাসূল (সাঃ) এই দুআ সত্তরবার পড়তেন।" -(মিশকাত-৯৬১)

■ দু'আঃ ০২

মূল আরবীঃ أَسْتَغْفِرُ اللهَ وَأَتُوْبُ إِلَيْهِ

উচ্চারণঃ আস্তাগফিরুল্লা-হা ওয়া আতূবু ইলাইহি।

অনুবাদঃ আমি আল্লাহর কাছে ক্ষমা প্রার্থনা করছি ও তাঁর দিকে ফিরে আসছি।

সুনানে নাসায়ী কুবরা তে বর্ণিত হয়েছে, আবু হুরাইরা রা. বলেন, আমি রাসূল সা. এর চাইতে কাউকে অধিক এই ইস্তিগফার বলতে শুনি নি।

"আস্তাগফিরুল্লাহ ওয়া আতূবু ইলাইহি"!

-(নাসায়ী কুবরা- ১০২১৫, মুনতাখাবে মুসনাদ আবদ বিন হুমায়দ - ১৪৬৮)

■ দু'আঃ ০৩

মূল আরবীঃ أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الَّذِي لاَ إِلَهَ إِلاَّ هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ

উচ্চারণঃ আস্তাগফিরুল্লা-হাল্লাযী লা- ইলা-হা ইল্লা- হুওয়াল হাইয়্যুল কাইয়্যুম ওয়া আতূবু ইলায়হি।

অনুবাদঃ আমি আল্লাহর কাছে ক্ষমা চাই, তিনি ছাড়া প্রকৃতপক্ষে কোন মা'বূদ নেই, তিনি চিরঞ্জীব, চিরস্থায়ী এবং তাঁর কাছে তাওবা করি।

যুদ্ধক্ষেত্র থেকে পলায়ন করা অন্যতম কবিরা গুনাহ। কিন্তু এই দু'আটি এমন এক ফযীলতপূর্ণ ইস্তিগফার যা পড়ে আল্লাহর কাছে ক্ষমা চাইলে তিনি ক্ষমা করে দেন। নবী (সা.) বলেছেন, " যে ব্যক্তি এই দু'আ পড়বে (উপরে উল্লিখিত) তার পাপরাশি মার্জনা করা হবে, যদিও সে যুদ্ধক্ষেত্র থেকে পালিয়ে যায়।" -(আবূ দাঊদ:১৫১৭, তিরমিযী:৩৫৭৭, মিশকাত:২৩৫৩)

■ দু'আঃ ০৪

মূল আরবীঃ رَبِّ اغْفِرْ لِيْ وَتُبْ عَلَيَّ إِنَّكَ (أَنْتَ) التَّوَّابُ الرَّحِيْمُ

উচ্চারণঃ রব্বিগ্ ফিরলী, ওয়া তুব ‘আলাইয়্যা, ইন্নাকা আংতাত তাওয়া-বুর রাহীম।

অনুবাদঃ হে আমার প্রভু, আপনি আমাকে ক্ষমা করুন এবং আমার তাওবা কবুল করুন। নিশ্চয় আপনি মহান তাওবা কবুলকারী করুণাময়। দ্বিতীয় বর্ণনায়: তাওবা কবুলকারী ও ক্ষমাকারী।

রাসুলুল্লাহ (সাঃ) মসজিদে বসে এক বৈঠকেই এই দোয়া ১০০ বার পড়েছেন। -(আবূ দাউদঃ১৫১৬, ইবনে মাযাহ্:৩৮১৪, তিরমিযী:৩৪৩৪, মিশকাত:২৩৫২)

■ দু'আঃ ০৫

এটি সাইয়্যেদুল ইস্তিগফার বা আল্লাহর নিকট ক্ষমা চাওয়ার শ্রেষ্ঠ দুআঃ

মূল আরবীঃ اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ وَأَبُوءُ لَكَ بِذَنْبِي فَاغْفِرْ لِي فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ

উচ্চারণঃ "আল্লাহুম্মা আংতা রব্বী লা-ইলাহা ইল্লা আংতা খলাক্কতানী ওয়া আনা আ'বদুকা ওয়া আনা আ'লা আহ্দিকা ওয়া ও’য়াদিকা মাসতাত্ব’তু আ'উযুবিকা মিং শার্রি মা সা’নাতু আবূউলাকা বিনি'মাতিকা আ'লাইয়্যা ওয়া আবূউলাকা বিযানবী ফাগ্ফির্লী ফাইন্নাহু লা-ইয়াগফিরুয্যুনূবা ইল্লা আংতা।"

অনুবাদঃ হে আল্লাহ তুমিই আমার প্রতিপালক। তুমি ছাড়া কোন ইলাহ নেই। তুমিই আমাকে সৃষ্টি করেছ। আমি তোমারই গোলাম। আমি যথাসাধ্য তোমার সঙ্গে প্রতিজ্ঞা ও অঙ্গীকারের উপর আছি। আমি আমার সব কৃতকর্মের কুফল থেকে তোমার কাছে পানাহ চাচ্ছি। তুমি আমার প্রতি তোমার যে নিয়ামত দিয়েছ তা স্বীকার

করছি। আর আমার কৃত গুনাহের কথাও স্বীকার করছি। তুমি আমাকে মাফ করে দাও। কারন তুমি ছাড়া কেউ গুনাহ ক্ষমা করতে পারবে না।

এই দুআ সকালে পড়ে রাতের আগে মারা গেলে অথবা রাতে পড়ে সকালের আগে মারা গেলে সে জান্নাতে যাবে। -(বুখারী:৬৩০৬)

ইস্তিগফার করার তৌফিক পাওয়া আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তা'লার এক বিশেষ নিয়ামত। উল্লিখিত দু'আগুলো সহীহ হাদিস বর্ণিত, তাই ইস্তেগফারের জন্য উত্তম। কেউ চাইলে নিজের ভাষায়ও ইস্তিগফার তথা ক্ষমা প্রার্থনা করতে পারেন। এমনকি আমরা সালাতে যে দু'আ মাসূরা পাঠ করি তাও এক প্রকার ইস্তিগফার।

খালি সারাদিন আস্তাগফিরুল্লাহ বলার মাঝেই ইস্তিগফারের ফযীলত নিহিত নয়, আমাদের বুঝতে হবে, পাপের সায়রে ডুবে আছি তবুও পাপ জর্জরিত জিহ্বা দিয়ে আমাদেরকে ক্ষমা চাওয়ার তৌফিক দিচ্ছেন আমাদের রব্ব, কতই না দয়ালু তিনি। তাই আমাদের উচিত আল্লাহর দরবারে নিজের প্রকাশ্য, গোপন, ইচ্ছাকৃত কিংবা অনিচ্ছাকৃত সকল পাপের জন্য অন্তরের অন্তঃস্থল হতে ক্ষমা প্রার্থনা করা। আল্লাহ অমুখাপেক্ষী, আমরা কেবল তারই দরবারে ধরনা দিই, আর কাছেই ক্ষমা চাই।

ইস্তিগফার নিয়ে পাচঁটি ধারাবাহিক পর্বে আলোচনা করা হবে। লাইক দিয়ে পাশে থাকুন ও আপনার আত্মীয়দের মেনশন করুন, যাতে তারাও আল্লাহর এই বারাকাত সম্পর্কে ওয়াকিফ হয়। →আল্লাহু লেখিকাকে উত্তম প্রতিদান দান করুন।

সময় বদলেছে। সময়ের সাথে তাল মিলিয়ে আমাদের এখনকার হাই প্রোফাইল সোসাইটিতে ক্যারিয়ার, বিয়ে, সন্তান, চাকরি, সামাজিক পদমর্যাদা এইসব হয়ে দাঁড়িয়েছে মানুষ মূল্যায়নের মাপকাঠি- এটি একটি চরম তিক্ত সত্য। আর এইসবের জন্য দুঃশ্চিন্তায় এক এক জনের ঘুম হারাম; শুরু হয় ডিপ্রেশন কমাতে কাউন্সিলিং, ডাক্তারের কাছে ছোটা, কেবল অপ্রাপ্তবয়স্কই নয় বরং অনেকেই বেছে নেয় আত্মহত্যার পথ। কিন্তু রবের কাছে ধরনা না দিয়ে চারপাশে খুজলে কি করে সমস্যার সমাধান পাবেন? কেমন হয় যদি আল্লাহর কাছে ইস্তিগফার করলে, তার সন্তুষ্টি অর্জন দ্বারা যখন আমাদের জীবনের সকল সমস্যার সমাধান হয়ে যায়!

ভাবছেন ইস্তিগফার দ্বারা চাকরি? সন্তান? এ কি করে সম্ভব! সবই সম্ভব মহান আল্লাহ যদি আপনাকে ক্ষমা করে দেন, আর তিনি আপনাকে অবাক করে দিয়েও ক্ষমা করতে পারেন! ফিরে আসুন আল্লাহর কাছে, সমস্যা এমনিতেই সমাধা হবে।

তাও আসুন আজকে আমরা ডিটেইলস এ জানি ইস্তিগফারের কি কি ফযিলত রয়েছে।

■ ক্ষমা ও গুনাহ মাফ ■

فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ
غَفَّارًا

“আর তোমাদের রবের কাছে ইস্তিগফার (ক্ষমা প্রার্থনা) কর; নিশ্চয় তিনি পরম ক্ষমাশীল।” [সূরা নূহ, ১০]

তাই আল্লাহর ক্ষমা থেকে নিরাশ হবেন না, মনের মনিকোঠার সকল অনুতাপ মিশিয়ে উচ্চারন করুন আস্তাগফিরুল্লাহ! নিমিষেই আপনার রব হাজির আপনাকে ক্ষমা করে রহমতের চাদর দিয়ে আবৃত করতে। তাই যখনই শয়তানের কুমন্ত্রণায় অথবা নফসের অবাধ্যতায় গুনাহ হয়ে যাবে তখনই আল্লাহর কাছে ক্ষমা চেয়ে নিবেন। যদি গুনাহ করার পর আপনার মনে অনুশোচনা জাগ্রত হয় তবে মনে রাখবেন অবশ্যই আল্লাহ্ আপনাকে ক্ষমা করতে চান। তাই আপনার অন্তরে অনুশোচনা সৃষ্টি করে ইস্তেগফারের কথা মনে করিয়ে দিচ্ছেন। আল্লাহ্ আমাদের সবাইকে তাঁর ক্ষমার অন্তর্ভুক্ত করে নিন।

■ বিপদ মুক্তি ও গুনাহ মাফ ■

وَ مَا اَصَابَكُم مِّن مُّصِيبَةٍ فَبِمَا كَسَبَتْ اَيْدِيكُمْ وَيَعْفُوا عَن كَثِيرٍ

“আর তোমাদের প্রতি যে মুসীবত আপতিত হয়, তা তোমাদের কৃতকর্মেরই ফল। আর অনেক কিছুই তিনি ক্ষমা করে দেন।” -(সূরা আশ-শূরা, ৩০)

মানুষ তার কামনা ও প্রবৃত্তির বশবর্তী হয়ে অনেক সময় পাপাচারে লিপ্ত হয়, গুনাহ করে যা আল্লাহর ক্রোধকে তরান্বিত করে। ফলে নানা বিপদের মুখোমুখি হতে হয়। কিন্তু কুরআনের এই আয়াতে দেখুন, মহান আল্লাহ ক্ষমার কথাও উল্লেখ করেছেন। মুলত বিপদ দ্বারা আমাদের রব তার বান্দাকে তার দিকে প্রত্যাবর্তন এর সুযোগ দেন। নিজের পাপের দিকে তাকালে যখন অন্তর ভেঙে যায়, ক্ষত গুলো মুছতে চাই ইস্তিগফারের প্রগাঢ় প্রশান্তিতে আর তখন পাপ জর্জরিত জিহ্বা দিয়েও বলতে পারি আস্তাগফিরুল্লাহ! তখন অনুভূত হয়, কী ভীষণ দয়ালু আমার রব্ব!

■ কোমল হৃদয় লাভ ■

ইস্তিগফার দ্বারা নিজের হৃদয় সর্বদা ভিজিয়ে রাখলে বান্দার অন্তরে আল্লাহর স্মরন, তার দিকে প্রত্যাবর্তন, তার নৈকট্য অর্জন করার আগ্রহ তৈরি হয়। হযরত উমার (রা.) বলেছেন, “যারা ক্ষমা প্রার্থনা করে তাদের সাথে উঠাবসা করুন, কেননা তাদের অন্তর সবচেয়ে কোমল।”

মহান আল্লাহ নবী (সা.) কে উদ্দেশ্য করে বলেছেন,

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللّٰهِ لِنتَ لَهُمْ وَ لَوْ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ
وَشَاوِرْهُمْ فِي الْاَمْرِ فَاِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللّٰهِ اِنَّ اللّٰهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ١٥٩

“অতঃপর আল্লাহর পক্ষ থেকে রহমতের কারণে তুমি তাদের জন্য নম্র হয়েছিলে। আর যদি তুমি কঠোর স্বভাবের, কঠিন হৃদয়সম্পন্ন হতে, তবে তারা তোমার আশপাশ থেকে সরে পড়ত। সুতরাং তাদেরকে ক্ষমা কর এবং তাদের জন্য ক্ষমা প্রার্থনা কর। আর কাজে-কর্মে তাদের সাথে পরার্মশ কর। অতঃপর যখন সংকল্প করবে তখন আল্লাহর উপর তাওয়াক্কুল করবে। নিশ্চয় আল্লাহ তাওয়াক্কুলকারীদেরকে ভালবাসেন।” -(সুরা আল-ইমরান,১৫৯)।

এ আয়াতে আল্লাহ তাআলা তাঁর নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের কোমলতা ও সহনশীলতাকে আল্লাহ-প্রদত্ত রহমত বলে বিশেষিত করেছেন এবং সাহাবায়ে কেরামের ভুল-ত্রুটিকে উপেক্ষা করার ও তাঁদের জন্য ইস্তিগফার করার আদেশ করেছেন। সুবহানাল্লাহ! স্বয়ং আল্লাহ তাআলা তাঁদের পক্ষে ইস্তিগফারের আদেশ করছেন! কাকে আদেশ করছেন? পেয়ারা নবী হযরত মুহাম্মাদ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামকে।

■ রিযক ■

আমরা রিযক বলতে যা বুঝি তার বাইরেও এর পরিব্যাপ্তি বৃহৎ। রিযক মানে কেবল খাদ্যকে বুঝায় না। আল্লাহর প্রতিটি নিয়ামত যেমনঃ সন্তান, বিবাহ, জ্ঞান, চাকরি, সামাজিক পদমর্যাদা থেকে শুরু করে সব ছোটবড় অর্জনই আমাদের আল্লাহ প্রদত্ত রিযক। আর সকল চিন্তা, আমাদের অভিযোগ এই রিযককে নিয়েই। কিন্তু আপনি কি জানেন, যে আপনাকে আপনার মায়ের থেকেও বেশি ভালোবাসে, যিনি আমার রব, তিনি কি নির্দেশ দিয়েছেন?

আল্লাহর রাসুল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেনঃ

“যে ব্যক্তি নিয়মিত ইস্তেগফার (ক্ষমা প্রার্থনা) করবে; আল্লাহ তার সব সংকট থেকে উত্তরণের পথ বের করে দেবেন, সব দুশ্চিন্তা মিটিয়ে দেবেন এবং অকল্পনীয় উৎস থেকে তার রিযিকের ব্যাবস্থা করে দেবেন।”-[আবূ দাঊদ : ১৫২০; ইবন মাজাহ : ৩৮১৯]। এরপর কি আর কোনো মুমিনের রিযক এর চিন্তা থাকতে পারে? আপনি যদি এমন বিপদে আপতিত হয়ে থাকেন যে বের হবার কোন উপায়ই দেখছেন না, সেখানেও বের হবার পথ আল্লাহ তৈরী করে দিবেন ইস্তেগফারের মাধ্যমেই।

■ দু'আ কবুল ■

দু'আ কবুলের জন্য আমরা কতো কতো আমল খুজে ফিরি। অথচ ইস্তিগফারের বড় একটি ফযীলত হলো মুস্তাজাবুদ দা'ওয়াহ! এর অর্থ হলো আপনি এমন ব্যাক্তি যার আল্লাহর কাছে চাইতে দেরি কিন্তু আল্লাহর দিতে দেরি নেই অর্থাৎ যা দোয়া করা হয় তাই কবুল করা হয়। সুবহানাল্লাহ! এর জন্য সারাদিন আস্তাগফিরুল্লাহ এর যিকর করতে হবে। তবে মনে রাখতে হ বে ইস্তিগফারের মূল উদ্দেশ্য আল্লাহর কাছে ক্ষমা চাওয়া, সেটা যেন নিজের দু'আ কবুল এর জন্যই কেবল না হয়। যারা পেরেশানি, হতাশা, ডিপ্রেশন, একাকিত্ব ইত্যাদি নানা সমস্যার সম্মুখীন, তারা ইস্তেগফারকে ‘লাযেম’ করে নিন।

■ বিবাহ ও সন্তান ■

চলুনতো একটি সত্য ঘটনা পড়ি। এক লোক মসজিদে প্রবেশ করলো। মন খারাপ। এক পাশে গিয়ে বসে রইলো। একজন বৃদ্ধ হুযুরও আরেক পাশে ছিলেন। বৃদ্ধ হুযুর কৌতূহলী হয়ে প্রশ্ন করলেনঃ

- বাছা! এখন তো নামাযের সময় নয়। তুমি কেনো মসজিদে এলে?

- হুযুর! আমি বিয়ে করেছি, বেশ কিছুদিন হয়ে গেলো। এখনো আল্লাহ তা‘আলার পক্ষ থেকে, আমাদের ঘরে নতুন কোনও মেহমান আসে নি। আমরা স্বামী-স্ত্রী দুজনেই বেশ পেরেশান। সংসারে সন্তান না থাকাতে আমার স্ত্রীকে নানা জন নানা কথা বলে। আল্লাহ তা‘আলা আমাদেরকে সন্তান না দেয়ার ফায়সালা করলে, আমি সেটাতে রাজি। আমি আমার স্ত্রীকেও বারবার সান্তনা দিয়ে আসছি। আর সন্তান না হওয়াতো স্ত্রীর দোষ নয়। আমরা দুজনেই বিষয়টার সাথে সম্পৃক্ত। মানুষের কটাক্ষ আর বিদ্রুপের কারণে অবস্থা এমন হয়েছে যে,আমার স্ত্রী মানসিকভাবে অসুস্থ হয়ে পড়েছে। এভাবে চলতে থাকলে, সে কিছুদিন পর পুরোপুরি পাগল হয়ে যাবে। রুবাবাহ মানে আমার স্ত্রী, সে এতো ভালো একটা মেয়ে, তাকে ছাড়া আমার জীবনটাও পানসে হয়ে যাবে। জীবনের কোনও স্বাদ আমি পাবো না। আমি কোন ডাক্তার-বৈদ্য-কবিরাজ বাদ রাখিনি। কিছুতেই কিছু হলো না। বৃদ্ধ হুযুর বললেন:

- তুমি স্থির হয়ে বসো। আমি তোমাকে একটা ওষুধ দেবো। ওষুধটার ব্যবহারবিধি খুবই কঠিন। তবে আমি আল্লাহর ওপর পুরোপুরি তাওয়াক্কুল করেই বলছি। এ ওষুধে তোমার অবশ্যই সন্তান হবে। ইনশাআল্লাহ।

- আল্লাহর দোহাই লাগে হুযুর! আপনি যত কঠিন আর কষ্টকর ওষুধই দেন, আমি সেটা ব্যবহার করার জন্য প্রস্তুত। ইন-শা-আল্লাহ।

-তোমরা দুজনেই, ফজরের আযানের কমপক্ষে এক ঘণ্টা আগে ঘুম থেকে উঠবে। সময়টাকে দুইভাগে ভাগ করে নিবে।

= প্রথম ভাগে কিয়ামুল লাইল অর্থাৎ তাহাজ্জুদ পড়বে।

= দ্বিতীয় ভাগে ইস্তিগফার পড়বে। এভাবে নিয়মিত আমল করে যাবে। কারণ, আল্লাহ তা'আলা বলেছেনঃ

﴿فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّارًا ۝ يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا ۝ وَيُمْدِدْكُمْ بِأَمْوَالٍ وَبَنِينَ وَيَجْعَل لَّكُمْ جَنَّاتٍ وَيَجْعَل لَّكُمْ أَنْهَارًا﴾

"আমি বলেছি, তোমরা তোমাদের রবের কাছে ইস্তিগফার করো, নিশ্চয়ই তিনি অতি ক্ষমাশীল। (এর ফলে) তিনি তোমাদের ওপর প্রবল বর্ষণ করবেন, আর তিনি তোমাদেরকে সম্পদ, সন্তান দ্বারা সাহায্য করবেন। আর তোমাদের জন্য বানিয়ে রাখবেন বাগ-বাগিচা। আর তোমাদের জন্য প্রবাহিত করবেন নদীনালা"। - (সূরা নূহঃ ১০-১২)

লোকটা ঘরে ফিরে গেলো। স্ত্রীকে বললোঃ

- ওগো! আল হামদুলিল্লাহ, অবশেষে আল্লাহ তা'আলা আমাদের দিকে তুলে তাকিয়েছেন।

-কিভাবে?

স্বামী বিষয়টা খুলে বললো। জিজ্ঞাসা করলো:

- তুমি কি এই আমল করতে প্রস্তুত?

- জ্বি, আমি অবশ্যই প্রস্তুত। আপনার সাথে কোন কাজেই বা আমি অপ্রস্তুত থাকি? আমরা কোন দিন থেকে আমলটা শুরু করবো?

- কেনো আজ থেকেই, কোনও ওযর আছে তোমার?

-জ্বি না।

তারা দুজনেই আমলটা শুরু করলো। পনের দিন যেতে না যেতেই স্ত্রীর মধ্যে গর্ভের বিভিন্ন উপসর্গ প্রকাশ পেতে শুরু করলো। ডাক্তারের কাছে যাওয়ার পর তিনিও বিস্মিত হয়ে বললেনঃ

-আপনাদের জন্য তো সুখবর আছে।

এটা ছিলো ইস্তিগফারের বরকত। আমাদের চারপাশে এমন হাজারো ইস্তিগফার এর বরকতে সন্তান লাভের উদাহরণ রয়েছে। যেহেতু সন্তান বিয়ের মাধ্যমেই হয়। সুতরাং ইস্তেগফারের দ্বারা বিয়ের ব্যবস্থাও আল্লাহ করে দেবেন। সুবহানাল্লাহ!

■এগুলো ইস্তিগফারের কিছু উল্লেখযোগ্য কুরআন ও হাদিসের মাধ্যমে প্রমাণিত ফযিলত। এর আরো অনেক উপকারিতা আছে। ইস্তিগফারের মাধ্যমে বান্দার অন্তরে আল্লাহর স্মরণ, ভীতি সৃষ্টি হয়। এর বরকতে গুনাহ মাফ হয়, বিপদ মুক্তি পাওয়া যায়। জমা হওয়া চিন্তা, হতাশা দূর হয়। সর্বদা যিকরের ফলে ফেরেশতারা তাকে আবৃত করে রাখে। রাস্তা, ঘরে বাইরে আস্তাগফিরুল্লাহ পাঠের ফলে কিয়ামাতের দিন তার জন্য সাক্ষ্য দিবে! ইস্তিগফারের বরকতে আল্লাহ শক্তি বৃদ্ধি করে দেন, উপকারী বৃষ্টি বর্ষণ করেন। "হে আমার কওম, তোমরা তোমাদের রবের কাছে ক্ষমা চাও অতঃপর তার কাছে তাওবা কর, তাহলে তিনি তোমাদের উপর মুষলধারে

বৃষ্টি পাঠাবেন এবং তোমাদের শক্তির সাথে আরো শক্তি বৃদ্ধি করবেন। আর তোমরা অপরাধী হয়ে বিমুখ হয়ো না।” [সুরা হূদ, ৫২]

সুতরাং আমাদের রব তার কাছাকাছি যাওয়ার মাধ্যম করে দিয়েছেন ইস্তিগফারকে। আমরা কি তার ডাকে সারা দিব না? তাই প্রতিদিন হালকা যিকর করুন। ইস্তিগফার করুন, যা বৃষ্টির মত। তাই নিজের পাপগুলো ধুয়ে নিন। নবি (সা) বলেছেন, “ সুসংবাদ তার জন্য, যার হিসাবের খাতায় বেশি ইস্তিগফার পাওয়া যাবে।” -(সুনানে ইবনে মাজাহ, ৩৮১৮)

কীভাবে কোন ভার্সিটিতে চান্স পাওয়া যায়, কীভাবে সরকারি চাকরি পাওয়া যায়, কীভাবে বিসিএস ক্যাডার হওয়া যায়, ইনকামটা আর একটু বাড়ানো যায় তা ভেবে তো ঘুম হারাম। 'ভবিষ্যৎ' এর চিন্তা সবারই রয়েছে, আর এর শাখা প্রশাখাই মূলত বাকি সমস্যাগুলোর জন্ম দেয়। আমাদের উদ্দেশ্য হবে কেবল আর কেবলমাত্র আল্লাহর সন্তুষ্টি অর্জন, যা ইস্তিগফারের মাধ্যমে সম্ভব। আল্লাহ সন্তুষ্ট থাকলে সব সমস্যা কেবল এভাবেই সমাধান হয়ে যাবে, বরং দুর্দান্তভাবে সমাধা হয়ে যাবে যা আমদের কল্পনারও বাইরে, আর এর প্রতিশ্রুতি তিনি দিয়েছেন।

ইস্তিগফার নিয়ে পাচঁটি ধারাবাহিক পর্বে আলোচনা করা হবে। লাইক দিয়ে পাশে থাকুন ও আপনার বন্ধু, আত্মীয়দের মেনশন করুন, যাতে তারাও আল্লাহর এই বারাকাত সম্পর্কে ওয়াকিফ হয়। →আল্লাহু লেখিকাকে উত্তম প্রতিদান দান করুন, আমিন।

আলহামদুলিল্লাহ। আমাদের ধারাবাহিক ৮টি পর্বে ইস্তিগফারের খুটিনাটি বিষয় নিয়ে এই সিরিজ লিখেছেন নাম প্রকাশে অনিচ্ছুক এক মুসলিমাহ (আল্লাহ তাকে উত্তম প্রতিদান দান করুন, আমিন)। কোনো ভুলত্রুটি থাকলে অবশ্যই জানাবেন।

১ম পর্বে ইস্তিগফার কি, এর কিছু প্রসিদ্ধ সময়;

২য় পর্বে ইস্তিগফারের দু'আ সমূহ;

৩য় পর্বে ইস্তিগফারের ফযিলতসমূহ আলোচনা করা হয়েছে। (লিংক কমেন্ট বক্সে)

তবুও দেখা যায় ইস্তিগফার নিয়ে আমাদের মনে নানা প্রকার সন্দেহ ও প্রশ্ন রয়েছে। এই ৪র্থ পর্বে আমরা চেস্টা করবো কিছু পরিচিত প্রশ্নের উত্তর দেয়ার মাধ্যমে কনফিউশন ক্লিয়ার করা।

1 ইস্তিগফার করতে গেলে কি প্রতিবার বিসমিল্লাহ বলতে হবে?

➡ কুরআনের কোনো সূরা বা আয়াত পাঠ ব্যতীত অন্য কোনো দু'আ, যিকর, তাসবীহ পাঠের জন্য বিসমিল্লাহ পড়া আবশ্যক নয়।

2 ইস্তিগফারের সময় কোনটি?

➡ সুরা আলে ইমরান এ আল্লাহ তা'আলা সেসকল বান্দাদের প্রশংসা করেছেন যারা আল্লাহর যিকর করে শুয়ে, বসে, দাড়িয়ে অর্থাৎ সর্বাবস্থায়। আয়েশা (রা.) বলেছেন, রাসুল  সবসময় যিকর করতেন। তেমনি আল্লাহর কাছে ক্ষমা চাওয়ার জন্য কোনো নির্দিষ্ট সময়ের প্রয়োজন নেই। তবুও কুরআন ও হাদিসে কিছু ফযিলতপূর্ণ সময় রয়েছে। পর্ব ০১ এ এই সময়গুলো নিয়ে বিস্তারিত আলোচনা করা আছে, লিংক কমেন্ট বক্সে দেয়া আছে।

3 ইস্তিগফারের আমল কিভাবে করবো? কতবার করে পড়তে হয়?

➡ আমাদের একটা বড় ভুল ধারনা হলো দু'আ কবুলের জন্যই ইস্তিগফারের আমল করতে হবে। “ইস্তিগফার কোনো নির্দিষ্ট সংখ্যকবার করা আমল নয়।” হ্যাঁ, এর মাধ্যম্যে আমাদের বিপদাপদ দূর হয়, দু'আ কবুল হয়। কিন্তু নিজের উদ্দেশ্য পূরনের জন্যই কেবল ইস্তিগফার করা মুমিনকে মানায় না, বরং এর অর্থ যেমন ক্ষমা চাওয়া, আর উদ্দেশ্যও যাতে তেমনই হয়। আপনি আপনার রবের কাছে ক্ষমা চান। তিনি আপনাকে অবাক করে দিয়ে ক্ষমা করবেন! ফলে বাকি সমস্যা এভাবেই সমাধান হবে উপরন্তু আল্লাহ ইস্তিগফারকারীকে অকল্পনীয় উৎস হতে রিযক দেবার সুসংবাদ দিয়েছেন।

ইস্তিগফার দ্বারা অনেক অনেক দু'আ কবুলের ঘটনা কারো অজানা নয়। কিন্তু কতোবার পড়তে হবে এমন কোনো কথা নেই। কারো ১ দিনে তো কারো বছরে তো কারো মাসে ইস্তিগফারের দ্বারা দু'আ কবুলের ঘটনা রয়েছে। আর যদি আপনি দেখেন কোনোভাবেই আপনার দু'আ কবুল হচ্ছে না, তাহলে বুঝতে হবে, হয়ত আপনি যা চাচ্ছেন তা আপনার জন্য কল্যানকর নয়। আমাদের সর্বদাই ইস্তিগফার করা উচিত এই নিয়তে যে এর মাধ্যমে আমাদের গুনাহ মাফ হচ্ছে।

4 আস্তাগফিরুল্লাহ নাকি আস্তাকফিরুল্লাহ? বাংলায় উচ্চারণ কোনটা সঠিক?

➡ অর্থগুলোর দিকে লক্ষ্য করি,

"আস্তাখফিরুল্লাহ" এখানে, "গ" এর স্থলে "খ" উচ্চারণে অর্থ হয়ে যায় "আমি আল্লাহর কাছে জাহান্নামের গর্ত প্রার্থনা করছি।" (নাউযুবিল্লাহ)

"আস্তাকফিরুল্লাহ" এখানে, "গ" এর স্থলে "ক" উচ্চারণে অর্থ হয়ে যায় "আমি আল্লাহর কাছে কুফরির প্রার্থনা করছি।" (নাউযুবিল্লাহ) আরবী أَستَغْفِرُ الله এর কাছাকাছি বাংলা উচ্চারণ হলো আস্তাগফিরুল্লাহ যার অর্থ আমি আল্লাহর কাছে ক্ষমা প্রার্থনা করছি।

55 ইস্তিগফার পড়ার জন্য কি ওযু করা আবশ্যক?

➡ না, ইস্তিগফারের জন্য ওযু করা আবশ্যক নয়। একটা ধারনা আছে, মেয়েদের মাথায় কাপড় না থাকলে যিকর করা যাবে না, এমন কিছু নয়। সর্বাবস্থায় ইস্তিগফার করা যায় তবে অপবিত্র জায়গা যেমন বাথরুমে ইস্তিগফার করা হতে বিরত থাকুন কেননা তা আল্লাহর শানের খিলাফ।

6 গোসল ফরয হওয়ার কারন থাকলে কিংবা নারীদের পিরিয়ডের দিনগুলোতে কি ইস্তিগফার করা যাবে?

➡ ইমাম ইব্রাহিম নাখায়ী (রাহ.) বলেছেন, " ঋতুবতী নারী ও যার উপর গোসল ফরয হয়েছে তিনি আল্লাহর যিকর করতে পারবেন।" পিরিয়ড চলাকালীন অবস্থায় দোআ, দুরূদ, ইস্তেগফার, তাসবীহ্, যিকর সবি করতে পারবেন কোনো সমস্যা নেই। এসময় কুরআন তেলাওয়াত, সালাত, রোযা, কাবা ঘরের তাওয়াফ এসব নিষিদ্ধ। এসময় আপনি কুরআনের কোনো সূরা দেখে দেখে তেলাওয়াত করতে না পারলেও মুখস্ত সূরা সমূহ পাঠ করতে পারবেন।

এখানে আরো একটি বিষয় উল্লেখ্য, নারীদের ইস্তিগফারের ব্যাপারে বিশেষ তলব করা হয়েছে।

ইবনে উমার (রাঃ) থেকে বর্ণিতঃ একদা নবী ﷺ বললেন, ''হে মহিলা সকল! তোমরা সাদকাহ-খয়রাত করতে থাক ও অধিকমাত্রায় ইস্তিগফার কর। কারণ আমি তোমাদেরকে জাহান্নামের অধিকাংশ অধিবাসীরূপে দেখলাম।'' একজন মহিলা নিবেদন করল, 'আমাদের অধিকাংশ জাহান্নামী হওয়ার কারণ কী? হে আল্লাহর রসূল!' তিনি বললেন, ''তোমরা অভিশাপ বেশি কর এবং নিজ স্বামীর অকৃতজ্ঞতা কর। বুদ্ধি ও ধর্মে অপূর্ণ হওয়া সত্ত্বেও বিচক্ষণ ব্যক্তির উপর তোমাদের চাইতে আর কাউকে বেশি প্রভাব খাটাতে দেখিনি।'' মহিলাটি আবার নিবেদন করল, 'বুদ্ধি ও ধর্মের ক্ষেত্রে অপূর্ণতা কি?' তিনি বললেন, ''দু'জন নারীর সাক্ষ্য একজন পুরুষের সাক্ষ্য সমতুল্য। আর প্রসবোত্তর খুন ও মাসিক আসার দিনগুলিতে মহিলা নামায পড়া বন্ধ রাখে।'' - (সহীহুল বুখারী ৩০৪, ১৪৬২, মুসলিম ৭৯, ৮০, নাসায়ী ১৫৭৬, ১৫৭৯, আবূ দাউদ ৪৬৭৯, ইবনু মাজাহ ১২৮৮, ৪০০৩, আহমাদ ৫৩২১, ১০৯২২, ১০৯৮৮, ১১১১৫)।

মা-বোনদের যেহেতু এই সময় সালাত, কুরআন তিলাওয়াত নিষিদ্ধ, তাই এ সময়টা নষ্ট না করে ইস্তিগফার করে ব্যয় করুন।

7 ইস্তিগফার পড়তে পড়তে এখন আমার বাথরমে গেলেও ইস্তিগফারের যিকর করি, এটা কি করা যাবে?

➡ উত্তর:টয়েলট নাপাক ও নোংরা স্থান। তাই এখানে অবস্থানকালীন সময় মহান আল্লাহর প্রতি সম্মানের স্বার্থে মুখে উচ্চারণ করে আল্লাহর যিকির, দুআ, তাসবীহ, তাহলীল, ইস্তিগফার, কুরআন তিলাওয়াত ইত্যাদি সমীচীন নয়। এমনকি খোলা স্থানে পেশাব-পায়খানারত অবস্থায়ও এমনটি করা মহান আল্লাহর শান ও মর্যাদার পরিপন্থী। মুসলিম ব্যক্তির করণীয় হল, টয়লেটে প্রবেশের পূর্বে টয়লেটে প্রবেশের নির্দিষ্ট দু'আ পাঠ করা এবং প্রবেশের পর চুপ থাকা। অনুরুপভাবে টয়লেট থেকে বের হয়েও নির্দিষ্ট দু'আ করা।

8 কেবল আস্তাগফিরুল্লাহ পড়া মানেই ইস্তিগফার?

➡ ইস্তিগফার হলো আল্লাহর কাছে ক্ষমা চাওয়া। সেটা যেকোনো ভাষায় হতে পারে। أَستَغْفِرُ الله অর্থ আমি আল্লাহর কাছে ক্ষমা প্রার্থনা করছি। এরূপ ক্ষমা প্রার্থনার জন্য করা যেকোনো দু'আ ইস্তিগফার। সেটা নিজের ভাষায়ও হতে পারে। পর্ব ০২ এ কিছু দু'আ দেয়া আছে, লিংক কমেন্ট বক্সে দেয়া আছে। এছাড়াও কুরআনে এমন অনেক আয়াত রয়েছে যেখানে আল্লাহ পাকের কাছে ক্ষমা চাওয়া হচ্ছে, সেসব আয়াতও আমরা ইস্তিগফার হিসেবে পড়তে পারি।

9 ইস্তিগফার পড়ার সময় কি শব্দ করে পড়তে হবে? মুখে উচ্চারণ করতে হবে?

➡ শব্দ করেই পড়তে হবে এমন কোনো কথা নেই। ঠোঁট নাড়িয়ে পড়া উত্তম, কেননা তাতে মনে মনে যিকর অপেক্ষা বেশি মনোযোগ থাকে। আপনি কাউকে দেখানোর উদ্দেশ্যে আপনার রব এর কাছে ক্ষমা চাচ্ছেন না। আর তার থেকেও বড় কথা হলো, ন্যানো সেকেন্ডের জন্য আপনার মনে কোনো খারাপ চিন্তা থাকলে কিংবা মনের অগোচরে করে যাওয়া কোনো নেক নিয়ত- কোনো কিছুই আল্লাহর অজানা নয়। তাই পবিত্র অন্তরে ইখলাসের সাথে আল্লাহর কাছে ইস্তিগফার করুন।

□ সিজদাহ্‌তে কি ইস্তিগফার করা যাবে?

➡ রাসুলুল্লাহ □ বলেছেন, "বান্দা যখন সিজদাহ করে সে তখন তার রবের সবচেয়ে নিকটে পৌঁছে যায়। অতএব তোমরা ঐ সময় বেশি বেশি দুয়া করো" -(মুসলিম, রিয়াদুস সালেহীন, ১৪৯৮)। নবী □ সিজদায় দু'আ করতে বলেছেন, আপনি আপনার যাবতীয় প্রয়োজন সিজদায় উল্লেখ করতে পারবেন। কোনো কিছু চাইবেন আর যদি তা আপনার আরবীতে জানা না থাকে তবে সেটা মাতৃভাষায় চাইতে পারবেন। কিন্তু যদি আপনি ক্ষমা চান তবে এর আরবী আস্তাগফিরুল্লাহ আপনার জানা, সেক্ষেত্রে আরবীতেই দু'আ করুন।

নবীজি কোনো বিশেষ সালাতের সিজদাহ্‌ এর কথা উল্লেখ করেন নি, তাই ফরয, নফল সব সালাতের সিজদাহ্‌ এ ক্ষমা চাইতে পারেন। এক্ষেত্রে নিয়ম হলো আপনি সিজদাহ্‌ এ গিয়ে তাসবীহ ৩/৫/৭ বার পাঠ করবেন, অতঃপর আপনার চাওয়াগুলো রবের কাছে বলবেন।

আসিম ইব্‌ন হুমায়দ (রাঃ) থেকে বর্ণিতঃ

তিনি বলেন, আমি আয়েশা (রাঃ)-কে জিজ্ঞাসা করলাম, নবী □ রাত্রে নিদ্রা থেকে জাগ্রত হওয়ার পর কি যিক্‌র করতেন? তিনি বললেন, তুমি আজ আমাকে এমন একটি বিষয়ে প্রশ্ন করেছ, যে বিষয়ে তোমার পূর্বে অন্য কেউ আমাকে প্রশ্ন করেনি। রাসূলুল্লাহ্‌ (সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়া সাল্লাম) দশবার তাকবীর (আল্লাহু আকবার) দশবার তাহমীদ (আলহামদুলিল্লাহ) দশবার তাসবীহ (সুবাহানাল্লাহ) দশবার তাহলীল (লা-ইলাহা ইলাল্লাহ্‌) এবং দশবার ইস্তিগফার (আস্তাগফিরুল্লাহ) পড়তেন। -(সুনানে আন-নাসায়ী, হাদিস নং ১৬১৭)

সকল গুনাহ করা থেকে যিনি ছিলেন বিরত সেই রসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম প্রতিদিন সত্তর থেকে একশত বার ইস্তিগফার করতেন। আমরা প্রতিনিয়ত জেনে, না জেনে কত পাপ করেছি, করছি! যেই রাব্ব আমাদের সৃষ্টি করেছেন, তাঁর দেয়া অনুগ্রহে সারাক্ষণ ডুবে আছি। তাই রাসুল □ এর আদেশমতো চলতে বসতে ইস্তিগফারকে লাযেম করে নিতে হবে এবং উদ্দেশ্য হবে আল্লাহর সন্তুষ্টি অর্জন।

ইস্তিগফার নিয়ে পাচঁটি ধারাবাহিক পর্বে আলোচনা করা হবে। লাইক দিয়ে পাশে থাকুন ও আপনার বন্ধু, আত্মীয়দের মেনশন করুন, যাতে তারাও আল্লাহর এই বারাকাত সম্পর্কে ওয়াকিফ হয়। →আল্লাহু লেখিকাকে উত্তম প্রতিদান দান করুন, আমিন।